

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 29.01.2025

Согласовано  
Директор школа 118



(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшекласника</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Горошек зелёный консервированный	30	12	0,9	0,1	2,0	0,2
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	12	34	1,0	0,2	6,9	0,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>380</b>	<b>20,8</b>	<b>26,9</b>	<b>13,7</b>	<b>1,4</b>

(Давыдов)

<b>Обед старшекласника</b>						
Бульон с куриным филе, зеленью	30/250	44	9,0	0,6	0,2	0,0
Жаркое по-домашнему	200	224	9,0	11,7	20,5	2,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	51	108	3,7	0,6	22,0	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>378</b>	<b>21,9</b>	<b>13,0</b>	<b>42,8</b>	<b>4,3</b>

(Злобина)

<b>Завтрак старшекласника</b>						
Сыр порционнo	13	46	3,0	3,8	0,0	0,0
Смлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Горошек зелёный консервированный	25	10	0,8	0,1	1,6	0,2
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>324</b>	<b>22,6</b>	<b>23,2</b>	<b>6,3</b>	<b>0,6</b>

Инженер-технолог  
Егорова Т.А.

Калькулятор  
Филиппова У.А.

\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.